



**MEMORY
CAFÉ[®]
BRASIL**

VALORIZANDO MEMÓRIAS E PROMOVEDO A INCLUSÃO

Memory Café Brasil

Cláudia Lopes Carvalho, Speech Therapist - CRFa/SP-17562, São Paulo, Brazil.

Jessyka Bram, Gerontologist, ABG-328, São Paulo, Brazil.

Programação dos encontros:

Encontro: 14/12/2019 – Tema: Seu rosto, sua marca!

Local: São Paulo Lovers Café

Horário: 10h30min

Taxa de participação: R\$ 20,00

A realização das atividades aconteceu em três momentos:

Primeiro momento: Interação Social (atividade quebra-gelo com estratégias mnemônicas)

Segundo momento: Estimulação Cognitiva - Associação *Face-Name*

Terceiro Momento: Finalização e divulgação do próximo encontro (disponibilizar próximo local de encontro bem como a data do evento).

Encontro: 25/01/2020 – Tema: Caia na rotina!

Local: Julice Boulangère

Horário: 10h30min

Taxa de participação: R\$ 20,00

A realização das atividades aconteceu em três momentos:

Primeiro momento: Interação Social (atividade quebra-gelo com estratégias mnemônicas)

Segundo Momento: Estimulação Cognitiva - Categorização, voltada para as atividades de vida diária

Terceiro momento: Finalização e divulgação do próximo encontro (disponibilizar próximo local de encontro bem como a data do evento).

Encontro: 15/02/2020 – Tema: Atenção... muita calma nessa hora!

Local: La Confeitaria

Horário: 10h30min

Taxa de participação: R\$ 20,00

A realização das atividades aconteceu em três momentos:

Primeiro momento: Interação Social (atividade quebra-gelo com estratégias mnemônicas)

Segundo momento: Estimulação Cognitiva - Atenção (4 tipos)

Terceiro momento: Finalização e divulgação do próximo encontro (disponibilizar próximo local de encontro bem como a data do evento).

Encontro – Memory Café Brasil Connect: 11/04/2020 – Tema: Ressignificar!

Local: On line via plataforma Zoom

Horário: 10h30min

Taxa de participação: gratuito

A atividade acontece em três momentos:

Primeiro Momento: Interação Social (atividade quebra-gelo com estratégias mnemônicas e promoção da interação social via plataforma digital). No primeiro momento, foi solicitado para que as pessoas se apresentem ao grupo. Depois, questionado sobre como estão lidando com a situação da pandemia, por meio das perguntas:

O que vocês estão fazendo para ocupar o tempo de vocês?

O que mudou na rotina de vocês?

Vocês estão passando por esse momento sozinhos ou acompanhados?

Como está sendo essa experiência de lidar com a pandemia?

O que vocês estão fazendo para manter a mente ativa?

Após esse momento, foi iniciada a explicação sobre a importância da manutenção das funções executivas no dia-a-dia e incentivado que cada um repensasse seus dias e os organizasse para que possam minimizar sintomas como ansiedade.

Segundo momento: Estimulação Cognitiva – Planejamento e organização.

Terceiro momento: Finalização e divulgação das informações sobre o próximo encontro on line (disponibilizar a data e a plataforma onde será realizada o encontro).

Material necessário: Email, plataforma Zoom, equipamento eletrônico, internet.

Encontro - Memory Café Brasil Connect: 25/04/2020 – Tema: Foco no Envelhecimento!

Local: on line via plataforma Webex

Horário: 10h30min

Taxa de participação: gratuito

A atividade aconteceu em três momentos:

Primeiro momento: Interação Social (atividade quebra-gelo com estratégias mnemônicas). No primeiro momento, pedir para que as pessoas se apresentem ao grupo. Seguidamente, explicar sobre o declínio cognitivo no envelhecimento e focar na capacidade de inibição. Depois trabalhar ativamente em jogos cuja capacidade de inibição e memória de trabalho seja treinada, tais quais, jogos Genius e Sudoku, por exemplo.

Segundo momento: Estimulação Cognitiva - Trabalhar capacidade de inibição e memória de trabalho.

Terceiro momento: Finalização e divulgação das informações sobre o próximo encontro on line (disponibilizar a data e a plataforma onde será realizada o encontro).

Material necessário: Email, plataforma Webex, equipamento eletrônico, internet.

Encontro - Memory Café Brasil Connect: 09/05/2020 – Tema: SE A ROUPA FALASSE.

Local: On line via plataforma Webex

Horário: 10h30min


Taxa de participação: gratuito

A atividade acontece em três momentos:

Primeiro momento: Interação Social (atividade quebra-gelo com estratégias mnemônicas). Após esse contato, introduzir a Vívian (convidada) ao grupo e iniciar a explicação sobre a importância da memória episódica em nossas vidas. Seguidamente, passar a palavra à Vívian, que conduzirá a atividade.

Segundo momento: Estimulação Cognitiva - Memória episódica - reminiscências

Terceiro momento: Finalização e divulgação do próximo encontro (disponibilizar próximo local de encontro bem como a data do evento).



Material necessário: E-mail, plataforma Webex, equipamento eletrônico, internet e uma peça de roupa com representação simbólica para o participante.

Encontro - Memory Café Brasil Connect: 23/05/2020 - Tema: Planejar é Preciso!

Local: on line via plataforma Webex

Horário: 10h30min

Taxa de participação: gratuito

A atividade aconteceu em três momentos:

Primeiro momento: Interação Social (atividade quebra-gelo com estratégias mnemônicas). No primeiro momento, pedir para que as pessoas se apresentem ao grupo. Após esse contato, iniciar a explicação sobre a importância da manutenção das funções executivas no dia-a-dia e incentivar que cada um repense seus dias e os organize para que possam minimizar sintomas como ansiedade.

Segundo momento: Estimulação Cognitiva – Planejamento e organização da vida diária.

Terceiro momento: Finalização e divulgação das informações sobre o próximo encontro on line (disponibilizar a data e a plataforma onde será realizada o encontro).

Material necessário: E-mail, plataforma Webex, equipamento eletrônico, internet.